



EFEKTIVITAS *COMMUNITY-BASED HEALTHY LIFESTYLE INTERVENTION PROGRAM (Co-HELP) MODIFICATION* PADA PASIEN DM DI PUSKESMAS PERAWATAN WAAI

OLEH: SYULCE LUSELYA TUBALAWONY

NIM: 201701018

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM MAGISTER

PEMINATAN KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SINT CAROLUS

JAKARTA 2019



EFEKTIVITAS *COMMUNITY-BASED HEALTHY LIFESTYLE INTERVENTION PROGRAM (Co-HELP) MODIFICATION* PADA PASIEN DM DI PUSKESMAS PERAWATAN WAAI

Penelitian ini diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar

MAGISTER KEPERAWATAN

OLEH: SYULCE LUSELYA TUBALAWONY

NIM: 201701018

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM MAGISTER
PEMINATAN KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SINT CAROLUS
JAKARTA 2019**

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Syulce Luselya Tubalawony

NIM : 2017-01-018

Program studi : Keperawatan Program Magister Peminatan Keperawatan
Medikal Bedah

Menyatakan bahwa tesis ini adalah benar merupakan hasil karya sendiri dan sepanjang sepengetahuan dan keyakinan saya tidak mencantumkan tanpa pengakuan bahan-bahan yang telah dipublikasikan sebelumnya atau ditulis oleh orang lain, atau sebagian bahan yang pernah diajukan untuk gelar atau ijazah pada STIK Sint Carolus atau perguruan tinggi lainnya.

Apabila pada masa yang akan datang diketahui bahwa pernyataan ini tidak benar adanya, saya bersedia menerima sanksi yang diberikan dengan segala konsekuensinya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Jakarta, 25 Juli 2019



Syulce Luselya Tubalawony

ORIGINALITY STATEMENT

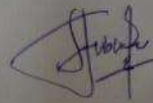
I, who sign below:

Nama : Syulce Luselya Tubalawony
NIM : 2017-01-018
Major : Master of Nursing Program Major in Medical Surgical Nursing

Hereby declare that this Thesis in my own work and to the best of my knowledge it contains no materials previously published or written by another person, or substantial proportions of material which have been accepted for the award of any other degree or diploma at Sint Carolus School of Health Sciences or any another educational institution, except where due acknowledgement is made in the Thesis.

If in the future there is something wrong in my Thesis, I will get the consequences.

Jakarta, 25 July, 2019



Syulce Luselya Tubalawony

PERNYATAAN PERSETUJUAN

EFEKTIVITAS *COMMUNITY-BASED HEALTHY LIFESTYLE*
INTERVENTION PROGRAM (CO-HELP) MODIFICATION PADA PASIEN
DM DI PUSKESMAS PERAWATAN WAAI

Tesis

Telah disetujui dan diuji di hadapan tim penguji Tesis
Program Studi Keperawatan Program Magister STIK Sint Carolus

Jakarta, Juli 2019

Pembimbing Metodologi

Pembimbing Materi



(Dr. Ir. Wilhelmus Hary Susilo, MM) (Fransiska Dewi Prabawati, MAN, DNSc)

Mengetahui :

Pjs Program Studi Keperawatan Program Magister



(Dr. Fitriana Suprapti, MAN)


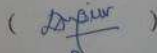

HALAMAN PENGESAHAN

Tesis ini diajukan oleh :

Nama : Syulce Luselya Tubalawony
NIM : 2017-01-018
Program Studi : Keperawatan Program Magister Peminatan
Keperawatan Medikal Bedah
Judul Tesis : Efektivitas *Community-Based Healthy Lifestyle Intervention Program (Co-HELP) Modification* Pada Pasien DM Di Puskesmas Perawatan Waai

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji Tesis dan diterima sebagai bagian dari persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Magister Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Program Magister STIK Sint Carolus Jakarta.

TIM PENGUJI

Pembimbing : Dr. Ir. Wilhelmus Hary Susilo, MM ()
Pembimbing : Fransiska Dewi Prabawati, MAN, DNSc ()
Penguji : Dr. Fitriana Suprapti., MAN ()

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal : 25 Juli 2019

**HALAMAN PERNYATAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TESIS UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik STIK Sint Carolus, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Syulce Luselya Tubalawony
NIM : 2017-01-018
Program Studi : Keperawatan Program Magister Peminatan Keperawatan
Medikal Bedah
Jenis Karya : Tesis

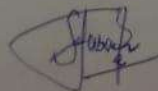
Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada STIK Sint Carolus **Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Efektivitas Community-Based Healthy Lifestyle Intervention Program (Co-HELP) Modification Pada Pasien DM Di Puskesmas Perawatan Waai

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini STIK Sint Carolus berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pengkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tesis saya selama tetap tercantum nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemiliki Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di : Jakarta
Pada Tanggal : 25 Juli 2019
Yang menyatakan



(Syulce Luselya Tubalawony)

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas anugerah, berkat dan rahmat yang begitu besar telah di berikan sehingga penulis mampu menyelesaikan tesis dengan judul “Efektivitas *Community-Based Healthy Lifestyle Intervention Program (Co-HELP) modification* pada pasien DM di Puskesmas Perawatan Waai”.

Proses penyelesaian tesis ini tidak terlepas dari pihak-pihak yang telah memberikan bimbingan, dorongan, petunjuk, saran, dan bantuan lainnya pada penulis. Oleh sebab itu penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Ibu Emiliana Tarigan, S.Kp,M.Kes selaku ketua STIK Sint Carolus Jakarta
2. Ibu Dr. Fitriana Suprpti., MAN selaku Ketua Program Studi Keperawatan Program Magister sekaligus penguji tesis yang senantiasa memberikan motivasi dan arahan dalam membantu kelancaran penyusunan tesis ini.
3. Ibu Fransiska Dewi Prabawati, MAN, DNSc selaku Dosen pembimbing meteri sekaligus pembimbing akademik yang selalu memberikan bimbingan, arahan dan motivasi kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan tesis ini.
4. Bapak Dr. Ir. Wilhelmus Hary Susilo, MM selaku Dosen pembimbing metodologi yang selalu memberikan bimbingan, arahan dan motivasi kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan tesis ini.
5. Staf Pendidik dan Kependidikan STIK Sint Carolus, yang memberikan bimbingan dan motivasi selama proses pendidikan.
6. Kedua Orang Tua tercinta Joseph P. Tubalawony dan Maria C. Tuasela/T, saudaraku yang terkasih Defi dan Welny serta Oma ming yang selalu memotivasi dan menopang dalam doa selama proses pendidikan ini
7. Rektor Universitas Kristen Indonesia Maluku yang telah telah memberikan kesempatan dalam melanjutkan pendidikan magister ini.
8. Keluarga besar Puskesmas Perawatan Waai yang telah memberikan izin dan membantu selama proses penelitian ini berlangsung.
9. Yang terkasih Joel L. Tahitu yang selalu mendoakan dan mendukung dalam menjalani pendidikan magister ini.

10. Enjel, Angki dan Ivone yang telah bersedia menjadi asisten dan membantu proses penelitian ini
11. Sahabat-sahabat yang terbaik Chika, Mira, Difa, Echa, Anggi, Eby, Vanny, Dian dan Nita yang selalu memotivasi selama proses pendidikan magister ini
12. Sahabat kelas KMB Angkatan VII serta kelas Manajemen dan Kepemimpinan STIK Sint Carolus, yang selalu saling membantu dan memotivasi.
13. Semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu-persatu yang telah membantu dan memotivasi saya dalam menyelesaikan penyusunan tesis ini.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu dalam proses penyelesaian tesis ini. Semoga tesis ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan.

Penulis berharap agar penyusunan tesis ini dapat membawa manfaat bagi kemajuan ilmu dan praktik keperawatan. Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penyusunan tesis ini sehingga penulis terbuka dalam menanggapi masukan dan saran untuk perbaikan selanjutnya. Semoga Tuhan Yang Maha Esa senantiasa memberkati kita semua.

Jakarta, Juli 2019

Penulis

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM MAGISTER
PEMINTANAN KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SINT CAROLUS**

Tesis, Juli 2019

Syulce Luselya, Tubalawony, Fransiska Dewi Prabawati, Wilhelmus Hary Susilo

Efektivitas Community-Based Healthy Lifestyle Intervention Program (Co-HELP) Modification Pada Pasien DM Di Puskesmas Perawatan Waai

xix + 143 hal + 13 tabel + 20 lampiran

ABSTRAK

Terapi non farmakologi pasien DM adalah modifikasi gaya hidup yang bertujuan untuk menurunkan kadar gula darah sehingga tidak terjadi komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis *efektivitas Community-Based Healthy Lifestyle Intervention Program (Co-HELP) Modification* Pada Pasien DM Di Puskesmas Perawatan Waai, Ambon. Rancangan *quasy experiment* digunakan dan melibatkan 76 responden yang terbagi atas 51 responden kelompok intervensi dan 25 responden kelompok kontrol yang dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Kualitas hidup responden diukur menggunakan kuesioner DQOL. Mayoritas responden kategori dewasa madya, perempuan (77,6%), lama menderita DM >5 tahun (67,1%), pekerjaan ringan (82,9%). Setelah 6 minggu diberikan intervensi didapatkan hasil Uji *Wilcoxon* dan uji *Mann-Whitney* menunjukan ada perbedaan yang signifikan pada kualitas hidup ($p=0,000$) dan gula darah puasa ($p=0,000$), namun tidak ada perbedaan untuk tekanan sistole dan tekanan distole. Hasil uji regresi logistik ordinal menunjukan bahwa intervensi *Co-HELP Modification*, umur, jenis kelamin, lama menderita/sakit DM dan pekerjaan secara simultan berpengaruh terhadap kualitas hidup, gula darah puasa, tekanan sistole dan tekanan diastole. Selain itu pasien umur termuda memiliki kecenderungan peningkatan kualitas hidup 0,0051 kali, penurunan gula darah puasa 0,065 kali, penurunan tekanan sistole 0,49 kali dan penurunan tekanan diastole 5,384 kali lebih besar dibandingkan dengan responden umur tertua. Penelitian ini merekomendasikan perlunya menerapkan *Co-HELP Modification* sebagai langkah mencegah komplikasi DM dan memperbaiki *self care* pasien DM

Kata Kunci: Diabetes Melitus; Co-HELP Modification, kualitas hidup; gula darah puasa; tekanan darah

Daftar Pustaka: 119 (1988-2018)

**MASTER OF NURSING PROGRAM
MAJOR IN MEDICAL SURGICAL NURSING
SINT CAROLUS SCHOOL OF HEALTH SCIENCE**

Thesis, July 2019

Syulce Luselya. Tubalawony, Fransiska Dewi Prabawati, Wilhelmus Hary Susilo

An Effectiveness of Modification Community-Based Healthy Lifestyle Intervention Program (Co-HELP) in Patients With Diabetic Mellitus at the Waai Health Center

xix + 143 pages + 13 tables + 20 appendix

ABSTRACT

Life-style modification is one of non-pharmacological therapy for DM patients which intended to lower blood sugar level of DM patient and increase quality of life. The purpose of this study was to analyze the effectiveness of community-based healthy lifestyle intervention program (Co-HELP) Modification in DM patients at the Waai Health Center, Ambon. Quasy experiments were utilize. There were 76 respondents which chosen using purposive sampling techniques and divided into 2 groups where 51 respondents into intervention group and 25 respondents as control group. Quality of life was measured by DQOL questionnaire. It was revealed that majority of respondents on the elderly category, women (77.6%), suffer from DM >5 years (67.1%), light work (82.9%). After 6 weeks of Co-HELP Modification, Wilcoxon and Mann-Whitney statistical test declared that there were significant differences in quality of life (DQOL) ($p = 0,000$), fasting blood sugar (FBS) levels ($p=0,000$) pre-post intervention, however there were no significant difference for systole and diastole blood pressure. The logistical regression test revealed that Co-HELP Modification intervention, age, gender, long suffered from DM and occupation were significant impact to quality of life simultaneously, blood glucose, SBP and DBP. In addition to patients's youngest had a tendency to increase in quality of life by 0,0051 time, a drop in FBS by 0,065 times, a drop in SBP 0,49 times and a drop in DBP 5,384 times greater than those who werw the oldest. It is recommended to implement Co-HELP Modification as a preventive aspect to prevent complication and improve self-care for DM patients.

Keywords: Diebetes Melitus; Co-HELP Modification; quality of life; fasting blood sugar; blood pressure

References: 119 (1988-2018)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	xi
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR SKEMA	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	
xviii	
1. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Perumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	7
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.4.1 Bagi Pasien DM	8
1.4.2 Bagi keluarga Pasien DM	8
1.4.3 Bagi Tenaga Kesehatan Puskesmas	8
1.4.4 Bagi Perkeni	8
1.4.5 Bagi Institusi Pendidikan	9
1.4.6 Bagi Peneliti	9
1.5 Ruang Lingkup	9
2. TINJAUAN PUSTAKA	10

2.1	Diabetes Melitus (DM).....	10
2.1.1	Definisi	10
2.1.2	Etiologi	10
2.1.3	Patofisiologi	14
2.1.4	Manifestasi Klinis	15
2.1.5	Diagnostik	16
2.1.6	Penatalaksanaan	20
2.1.7	Komplikasi	36
2.2	<i>Co-HELP</i>	39
2.2.1	Definisi	39
2.2.2	Komponen	39
2.2.3	Protocol	40
2.2.4	<i>Co-HELP Modification</i>	43
2.3	Kualitas Hidup	44
2.3.1	Definisi	44
2.3.2	Klasifikasi	44
2.3.3	Kualitas Hidup Pasien DM	46
2.5	Teori <i>Self Care</i> Orem	52
2.5.1	Definisi	52
2.5.2	General Teori	52
2.5.3	Tujuan Model Teori	56
2.5.4	Aplikasi <i>Self Care</i> pada <i>Co-HELP Modification</i>	57
2.7	Penelitian Terkait	57
2.6	Kerangka Teori	63
3.	KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN	
	DEFINISI OPERASIONAL	64
3.1	Kerangka Konsep	64
3.2	Hipotesis	65
3.3	Definisi Operasional	67
4.	METODE PENELITIAN	72
4.1	Desain Penelitian	72
4.2	Populasi dan Sampel Penelitian	73

4.3 Tempat Penelitian	76
4.4 Waktu Penelitian	76
4.5 Etika Penelitian	77
4.6 Alat Pengumpulan Data	78
4.7 Prosedur Pengumpulan Data	80
5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
5.1 Gambaran Umum Penelitian	90
5.2 Gambaran Lokasi Penelitian	91
5.3 Analisis Univariat Statistik Deskriptif	92
5.4 Analisis Bivariat	105
5.5 Analisis Multivariat	119
6. KESIMPULAN DAN SARAN	
6.1 Kesimpulan	139
6.2 Saran	141

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1.6	Algoritme Pengelolaan DM tipe II	36
--------------	--	----

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1.5.1	Klasifikasi Kadar Gula Darah	17
Tabel 2.1.6.4	Farmakonetik Insulin Eksogen Berdasarkan Waktu Kerja (<i>Time Course of Actio</i>).....	33
Tabel 2.1.7.1.b	Klasifikasi Tekanan Darah.....	37
Tabel 2.2.3	Protocol Co-HELP.....	40
Tabel 3.3	Definisi Operasional.....	67
Tabel 5.3.1	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol.....	93
Tabel 5.3.2	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	95
Tabel 5.3.3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Lama Menderita/sakit DM.....	97
Tabel 5.3.4	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan...	98
Tabel 5.3.5	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kualitas Hidup Pasien DM Sebelum dan Sesudah Intervensi <i>Co-HELP modification</i>	99
Tabel 5.3.6	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Gula Darah Puasa Sebelum dan Sesudah Intervensi <i>Co-HELP modification</i>	101
Tabel 5.3.7	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tekanan Sistole Sebelum dan Sesudah Intervensi <i>Co-HELP modification</i>	103
Tabel 5.3.8	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tekanan Diastole Sebelum dan Sesudah Intervensi <i>Co-HELP modification</i>	103
Tabel 5.4.1.1	Perbedaan Kualitas Hidup Pasien DM Sebelum dan Sesudah Intervensi <i>Co-HELP Modification</i>	106
Tabel 5.4.1.2	Perbedaan Gula Darah Puasa Sebelum dan Sesudah Intervensi <i>Co-HELP Modification</i>	107
Tabel 5.4.1.3	Perbedaan Tekanan Sistole Sebelum dan Sesudah	110

	Intervensi <i>Co-HELP Modification</i>	
Tabel 5.4.1.4	Perbedaan Tekanan Diastole Sebelum dan Sesudah Intervensi <i>Co-HELP Modification</i>	110
Tabel 5.4.2.1	Perbedaan Kualitas Hidup Pasien DM Antara Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol.....	113
Tabel 5.4.2.2	Perbedaan Gula Darah Puasa Antara Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol.....	115
Tabel 5.4.2.3	Perbedaan Tekanan Sistole Antara Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol.....	117
Tabel 5.4.2.1	Perbedaan Tekanan Diastole Antara Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol.....	117
Tabel 5.4.1.1	Uji Kelayakan Model Fit Kualitas Hidup Pasien DM.....	120
Tabel 5.4.1.2	Uji Kelayakan Model Fit Gula Darah Puasa.....	120
Tabel 5.4.1.3	Uji Kelayakan Model Fit Tekanan Sistole.....	120
Tabel 5.4.1.4	Uji Kelayakan Model Fit Tekanan Diastole.....	121
Tabel 5.4.2.1	Uji Keseluruhan Model Variabel Dependen.....	121
Tabel 5.4.3	Uji <i>Pseudo R-Square</i> Variabel Dependen.....	122
Tabel 5.4.4.1	Uji <i>Parameters Estimates</i> Variabel Independen Terhadap Kualitas Hidup Pasien DM.....	126
Tabel 5.4.4.2	Uji <i>Parameters Estimates</i> Variabel Independen Terhadap Gula Darah Puasa.....	127
Tabel 5.4.4.3	Uji <i>Parameters Estimates</i> Variabel Independen Terhadap Tekanan Sistole.....	129
Tabel 5.4.4.4	Uji <i>Parameters Estimates</i> Variabel Independen Terhadap Tekanan Diastole.....	130
Tabel 5.4.6.1	Uji <i>Parallel Lines</i>	136

DAFTAR SKEMA

Skema 2.3.2	<i>The integrative theory of the quality of life</i>	46
Skema 2.4.2	Kerangka Konseptual Orem.....	52
Skema 2.4.2.4.a	<i>Basic Nursing Wholly Compensatory System</i>	54
Skema 2.4.2.4.b	<i>Basic Nursing Partly Compensatory System</i>	55
Skema 2.4.2.4.c	<i>Basic Nursing Supportive Educative System</i>	55
Skema 2.5.4	Kerangka Penelitian <i>Community Health Workers As A</i> <i>Diabetes Self-Management Intervention</i>	60
Skema 2.6	Kerangka Teori Penelitian.....	63
Skema 3.1	Kerangka Konsep Penelitian.....	65
Skema 4.1	Desain Penelitian.....	72
Skema 4.2	Populasi Dan Sampel.....	76

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Standar Operasional Prosedur *Co-HELP Modification*
- Lampiran 2 Satuan Acara Penyuluhan *Co-HELP Modification* Sesi 1
- Lampiran 3 Satuan Acara Penyuluhan *Co-HELP Modification* Sesi 2
- Lampiran 4 Satuan Acara Penyuluhan *Co-HELP Modification* Sesi 3
- Lampiran 5 Satuan Acara Penyuluhan *Co-HELP Modification* Sesi 4
- Lampiran 6 Satuan Acara Penyuluhan *Co-HELP Modification* Sesi 5
- Lampiran 7 Satuan Acara Penyuluhan *Co-HELP Modification* Sesi 6
- Lampiran 8 *Booklet*
- Lampiran 9 Lembar Persetujuan Setelah Penjelasan dan Kuesioner Demografi
Dan DQOL
- Lampiran 10 Prosedur Pengukuran Gula Darah Puasa
- Lampiran 11 Prosedur Pengukuran Tekanan Darah
- Lampiran 12 Lembaran Kerja Penelitian
- Lampiran 13 Hasil SPSS
- Lampiran 14 Hasil DQOL
- Lampiran 15 Materi *Co-HELP Modification*
- Lampiran 16 Sertifikat *Educator Diabetes* Indonesia
- Lampiran 17 Ijin Modifikasi Program *Co-HELP*
- Lampiran 18 Keterangan Kelayakan Etik
- Lampiran 19 Surat Izin Penelitian Puskesmas Perawatan Waai
- Lampiran 20 Jadwal Penelitian